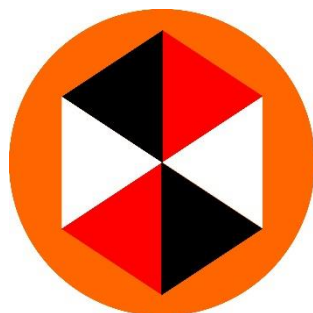


## Conciencia de sí, apuntes y experiencias



desde el trabajo de recopilación de A. Koryzma:

### **“Comentarios de Silo sobre conciencia de sí”** (complemento a la recopilación de la atención)

#### **Contenido**

<b>Consideraciones para avanzar hacia la conciencia de sí (experiencia)</b> .....	3
<i>Entrada cotidiana a la división atencional</i> .....	3
<i>División atencional</i> .....	4
<i>Resistencias iniciales</i> .....	4
<i>Ciclo de la división atencional</i> .....	5
<i>Propuesta de división atencional</i> .....	6
<i>Indicadores de división atencional</i> .....	7
<i>Sobre la auto observación y conciencia de sí</i> .....	7
<i>Consolidación de la conciencia de sí</i> .....	8
<i>Sobre la conciencia objetiva y el centro superior, su centro de gravedad</i> .....	9
<b>Síntesis</b> .....	10
<i>SINTESIS, desde otros puntos de vista</i> .....	11
<b>BIBLOGRAFIA</b> .....	12

## Introducción

*El presente escrito no intenta explicar qué es la conciencia de sí. Simplemente pone a disposición apuntes personales sobre la recopilación hecha por A. K<sup>1</sup>.; intercalados con experiencias personales que surgieron de la disposición y apertura al tema; juntos, teoría y experiencia, ayudaron a la comprensión e internalización de la conciencia de sí, como tema y experiencia.*

*Por tanto, se recomienda leer de la fuente original lo que Silo expuso sobre la conciencia de sí y **disponerse** al tema, aunque no se lo entienda del todo desde un principio, ya que lo experiencial complementa lo leído. Sugerencias de amigos que se unieron al siloismo en los años "70", advierten que lo referido a la Carpeta Naranja, no es oficial, no se encuentra corregido por Silo.*

*Por otra parte, las citas textuales o referencias se basan en libros impresos. No están basadas en archivos digitales que se pueden encontrar en el medio virtual. Esta aclaración intenta evitar desfasajes en las hojas de referencia que aparecen las citas.*

*Comentarios e interrogantes finales:*

*Previamente a leer esta recopilación, pasé dos meses intercambiando con un amigo sobre el tema e intentando reorientar mi atención cotidiana a la división atencional que propone Silo. Esto ayudó a profundizar la lectura.*

*Al terminar de leer el libro me quedó la impresión de que, desde el inicio de 1969, Silo quiso que consolidemos la conciencia de sí en función de shokear el centro superior de forma consciente y no de forma crepuscular. Todo lo demás es ambientación para tal fin. La doctrina y su intento se tratan de que trabajemos **cotidianamente** por consolidar la conciencia de sí en función de alcanzar la curación del sufrimiento, la liberación interna, la conciencia objetiva, la iluminación.*

*En síntesis ¿Qué sentido tendría leer este trabajo? A muy poca gente le podría resultar de aproximación a lo escrito por Silo. Podría ser promotor de nuevos intentos o desmitificaciones sobre el tema.*

*Y... ¿Qué sentido tiene disponerse a la división atencional? ¿a quién podría beneficiar? ¿qué argumenta la importancia de consolidar la conciencia de sí desde una actitud atencional cotidiana? Ningún marco teórico lo puede responder mejor que la propia experiencia de fracaso, sentir el sin sentido de la vida y la humilde búsqueda.*

---

<sup>1</sup> Comentarios de Silo sobre la conciencia de sí, complemento a la recopilación de la atención, A Koryzma, ed León Alado, Serie Recopilaciones, versión julio 2018.

## En torno a la recopilación “...sobre la conciencia de sí” (teoría)

Se trata de diversas charlas dadas por Silo, en diversos momentos del proceso<sup>2</sup>, a diferentes grupos de personas e individuos y desde diversos puntos de vista. Las mismas van desde el año 1969 al año 2003 (podría haber más). Las referidas al Manual de formación del Movimiento Humanista (2009) son charlas antiguas también expuestas en el mismo material.

A lo largo de las presentaciones del tema, Silo propone disponerse al cambio personal y social, teniendo una *nueva actitud atencional*. Sugiere regrabar y redireccionar el foco de atención diario. No se trata de ejercicios, de trabajo interno, sino, de *una forma nueva de estar en el mundo*. Esa forma nueva de *estar en el mundo* está dada por un cambio en la *disposición y dirección* de la atención. En principio, simultáneamente, dividirla en dos focos. El cambio que se da (o daría), es porque las variaciones en las formas de la atención modifican la sensibilidad<sup>3</sup> personal y la estructuración de la realidad. Por último, comenta que, aunque se consolide el nivel de conciencia de sí, lo trascendente sería intencionalmente *shokear el punto de reconocimiento*<sup>4</sup> en el centro superior (o emotivo superior), alcanzando el nivel de conciencia objetiva.

## Consideraciones para avanzar hacia la conciencia de sí (experiencia)

### *Entrada<sup>5</sup> cotidiana a la división atencional*

Se plantea armar una *entrada* cotidiana que diferencie el paso de un nivel, de un estado de conciencia, a otro. Es decir, conformar un cambio de *actitud de disposición atencional*, que *signifique* (para uno) el paso de la vigilia ordinaria a la división atencional y futura conciencia de sí (C.Sí). *Disponerse* a este tránsito, de actitud atencional, desde climas afectivos positivos, optimistas. Se recomienda que esta actitud no debe surgir de modo compensatorio<sup>6</sup> estando uno de mal humor o bajo climas opresores<sup>7</sup>. Que esta sea la condición de origen del nuevo emplazamiento hace que se grave mal, por contraste<sup>8</sup>, parte de los mecanismos de asociación de la conciencia. No se trata de una técnica para salir

---

<sup>2</sup> Individuo triple: 1) Cualquier ente de estudio descompuesto en sus tres momentos de: diferenciación, complementación y síntesis. 2) Cualquier ente de estudio comprendido por: sus elementos compositivos; las relaciones con su medio y las relaciones con el sistema mayor que lo engloba. Siloismo: Doctrina, Práctica, *Vocabulario*, H Van Doren, 1972.

<sup>3</sup> “...El trabajo atencional sostenido compromete la sensibilidad conocida y da lugar a una nueva sensibilidad, es un cambio profundo y suele provocar temor. Hay una resistencia técnica que es el trabajo con tensión y una resistencia de trasfondo que es el temor al cambio...” Pág 66 Charla: 1991 *Retiro Fénix, México, 1 de Julio*.

<sup>4</sup> Ver **reconocimiento** (pág 326), *Conciencia inspirada*, Apuntes de Psicología IV, Silo 2006, ed *ulrica*.

<sup>5</sup> Ver Pág 55 Charla: 1975 *Mente sin ruido*, Corfú y pág 64 Charla: 1991 *Apuntes retiro Fenix*.

<sup>6</sup> Ver Pág 46 Charla: 1974 *Carpeta Naranja*.

<sup>7</sup> “...No aceptaré a mi lado al que proyecte una trascendencia por temor sino a quien se alce en rebelión contra la fatalidad de la muerte ...” *El Paisaje Interno, Los sentidos provisionales*, Silo, 1981.

<sup>8</sup> “...mecanismos de asociación: por contraste (blanco-negro); por contigüidad (puente-río); y por similitud (sangre-rojo) ...” *Apuntes de Psicología, Psicología I*, Silo, *ulrica* ediciones, 2006.

de climas bajos y oscuros. Para eso existe la catarsis, el sondeo catártico, algunas experiencias guiadas<sup>9</sup>, autoconocimiento, etc.

Se recomienda partir luego de un trabajo con la fuerza (Oficio). Otro<sup>10</sup> punto de partida podría ser el reconocimiento del continuo estado de ensoñación en el que uno “navega” diariamente, a lo largo de su vida, entre sentidos provisorios. Recorriendo ensueños compensatorios que nos mantienen encerrados en la misma sensación de *sin-sentido*<sup>11</sup> en la vida, sufriendo y temiendo cosas. Que fracase entonces el estado de ensoñar.

### *División atencional*

Configurada la *entrada* cotidiana (la cual podría partir de la *íntima decisión* de dejar de ensoñar<sup>12</sup>), es decir, configurado este cambio de actitud *diario* atencional, significado desde una forma personal como ser: una imagen visual, sonora, olfativa, oración, pedido, posición corporal, etc. Se sugiere comenzar a redireccionar la *forma de atención* conocida, a la *forma de división atencional* (Div.At). Atender simultáneamente a dos puntos: percepción del mundo externo y apercepción interna (observación de los procesos internos).

La nueva actitud de Div.At surge entre dudas, resistencias, confusiones, intentos, errores y aciertos. Todas las complicaciones que aparecen al intentar la Div.At son el primer indicador de que se intenta avanzar en una nueva dirección mental. Para nada esto resulta conocido o fácil en un principio y a lo largo de los meses. Demanda tenacidad, permanencia, tono y pulcritud. Cotidianamente nuestra atención (AT) se dirige al Otro, a nuestros proyectos, nuestros temores, nuestro pasado y futuro, se dirige hacia el *mundo externo confundido con la interna mirada*<sup>13</sup>. Estamos tratando de redireccionar nuestra atención diaria-biográfica, una tendencia mecánica formada desde nuestro nacimiento, buscamos *que vuelva sobre sí misma*<sup>14</sup>.

### *Resistencias iniciales*

Esto implica superar dos tipos de resistencias: una dada por ignorancia y mecánica del paisaje de formación, de alejarse la atención del sí mismo y llevarla al mundo externo, a nuestros ensueños o particularidades de nuestro cuerpo, emociones o ideas; y una segunda resistencia que tiene que ver con dejar de atender a nuestros ensueños. La primera sería una condición “heredada” de la mecánica del momento de proceso de la conciencia y la segunda una condición

---

<sup>9</sup> Experiencias Guiadas, Silo, leviatán, 2012.

<sup>10</sup> Experiencia personal.

<sup>11</sup> Humanizar la Tierra, La mirada interna, III *El sin-sentido*, Silo, ed leviatán, 2011.

<sup>12</sup> El fantaseo diario muestra un estado general en el que vivimos. Ver Apuntes de Psicología, Silo, 2006.

<sup>13</sup> “...Inversamente, el mundo externo confundido con la interna mirada obliga a ésta a recorrer nuevos caminos...” Humanizar la Tierra, La mirada interna, *La realidad interior*, Silo leviatán, 2011.

<sup>14</sup> “La mirada interna deberá llegar a chocar con el sentido que pone la Mente en todo fenómeno, aun de la propia conciencia y de la propia vida y el choque con ese sentido iluminará a la conciencia y a la vida...” Comentarios al Mensaje de Silo, Silo, Punta de Vacas 2009.

impulsada por nuestras carencias y deseos personales. Esta disposición, esta actitud atencional nueva, implica **dejar de alimentar nuestros ensueños con “nuestra” atención**. Cada imagen que circula en nuestra conciencia contiene “dosis” de atención. Esta disposición tiende a sacarnos de la fe ingenua para situarnos en la fe interna<sup>15</sup>. Trabajar con la atención modifica nuestra sensibilidad y esto representa una resistencia importante a superar: dejar de identificarme con lo que me identifiqué toda la vida para pasar a ser-sin-identificación, *sin representación*<sup>16</sup> de “yo”. Es un proceso<sup>17</sup> de diferenciación, complementación y síntesis.

### *Ciclo de la división atencional*

Esgrimiendo este punto sobre las resistencias a superar, se explica que, como todo en el universo<sup>18</sup>, la AT cicla, fluye, fluctúa. Los ciclos en la Div.At son más veloces que los de la AT de nuestra vida cotidiana. Es decir, es corto el tiempo que uno permanece en Div.At. Se considera común entrar y salir de esa actitud mental, con mucha más frecuencia de lo esperado o de lo ensoñado por aquel que *aspira a cosas alejadas de la verdad interior*<sup>19</sup>. La ampliación entre ciclo y ciclo dependen de cuánto se tarde en *intencionar* volver a esa actitud. El ciclo propio de la Div.At depende de la energía con la que cuente la persona interesada en el cambio: ¿cuánto interés tiene en ese cambio? ¿cuán profundo es? y, sobre todo ¿cuánto lo *necesita realmente*? La energía para tal actitud mental puede surgir del trabajo con el Oficio (la fuerza) o de reformular el estilo de vida en función de la coherencia interna, con base en los *principios de acción válida*<sup>20</sup>, la reconciliación<sup>21</sup>, la inspiración<sup>22</sup> y la suelta de ensueños. La energía para esta disposición siempre está y está fugada<sup>23</sup> en el estado de ensoñar, en lo atractivo y sugestivo de los ensueños. La atención se fuga en cada “foco” que hace.

---

<sup>15</sup> “...Únicamente puedes acabar con la violencia en ti y en los demás y en el mundo que te rodea, por la fe interna y la meditación interna...” Habla Silo, *Arenga de La curación del sufrimiento (1969)*, Silo. “Sin fe interna hay temor, el temor produce sufrimiento, el sufrimiento produce violencia y la violencia destrucción; por tanto, la fe interna evita la destrucción...” Habla Silo, *Acto público de Madrid 1981*, Silo.

<sup>16</sup> “...cuando alguien pretende apresar a la Mente como si fuera un fenómeno más de la conciencia, aquella se le escapa porque no admite representación comprensión...” Comentarios al Mensaje de Silo, Silo 2009, Punta de Vacas.

<sup>17</sup> Pág 32 Charla: *Cuaderno 6 Telediál de la fuerza*.

<sup>18</sup> Referencia a las Leyes Universales: 3° Ley de Ciclo, Siloismo, Doctrina, Práctica, Vocabulario, H Van Doren, 1972.

<sup>19</sup> “...Expongo del modo que me parece conveniente, no del que fuera deseable para quienes aspiran a cosas alejadas de la verdad interior...” La Mirada interna, *Disposición para comprender*, Silo, leviatán 2011.

<sup>20</sup> Humanizar la Tierra, La mirada interna, *XIII Los Principios*, Silo, leviatán, 2011.

<sup>21</sup> *Jornadas de inspiración espiritual* Punta de Vacas (2007), Silo a cielo abierto, ed 2008.

<sup>22</sup> “Ser consciente de uno mismo es una cosa inspiradora” Pág 73 Charla: *2003 Algunos conceptos de Silo*

<sup>23</sup> Experiencia personal.

Hay una amplia gama de registros atencionales<sup>24</sup>. Es como un espectro, no se trata de planos diferenciados abruptamente. La AT es una aptitud de la conciencia<sup>25</sup> que admite graduaciones y diversas franjas de cambios “milimétricos”. Por este punto resulta complejo confirmar o afirmar si se está en Div.At. Para el caso, la propuesta de Silo es la de recorrer distintas formas de AT (buscar trabajos ADMI en Siloismo, H van Doren 1972) y de Div.At, al tiempo que se va ganando en Div.At por pericia propia, por registro y no por lectura, teoría y especulación. El tema requiere de esfuerzo, experiencias, registros, ajustes, reflexiones e intercambios con otros, hasta que se experimentan mejoras atencionales. Silo menciona que tanto la conciencia de sí como la conciencia objetiva son teorías<sup>26</sup> hasta que alguien las experimenta.

### *Propuesta de división atencional*

En sus propuestas siempre se atiende a las percepciones del mundo externo y se busca atender, simultáneamente, a un “punto” interno. Recomienda la división atencional entre las percepciones del mundo externo y la posición corporal con una difusa sensación de yo-corporal o registro de sí (observación de los procesos de conciencia). Esta actitud de atención simultánea al mundo externo y a un registro corporal y difuso de sí, también se lo puede transcribir como atención al mundo sin olvidarse de sí. Simultáneamente, se atiende al mundo externo sin el olvido de sí. No se trata de introspección, de estar describiendo percepciones o fenómenos, ni de estar repitiendo una frase del tipo: “sé quién soy” o “no me olvido de mí”. Todo eso es ensueño. Simplemente se registra uno<sup>27</sup> y el mundo externo simultáneamente.

En situación, la Div.At cicla muy pronto, enseguida uno está atendiendo a un divague propio o ajeno. El día a día nos demanda una AT que, ahora, estamos intentando reorientar a dos focos simultáneamente. Esta nueva actitud se va refinando en la medida que uno se dispone a ese cambio *profundo y esencial*<sup>28</sup>, al tiempo que va soltando una vida mecánica de tonos afectivos de dudosa procedencia...

---

<sup>24</sup> Ver pág 62 Charla: 1991 *Farellones II* y “Atención sobre sí o conciencia de sí: Cuando, sin importar lo que hago, no me olvido de mí mismo. Es un modo-de-estar en las cosas estructuradamente, el tono afectivo es diferente. Hay múltiples formas de atención, cada una con un tono afectivo diferente” y pág 63 Charla: 1991 *Apuntes retiro Fénix Farellones 10-11-12, enero*.

<sup>25</sup> Apuntes de Psicología, *Psicología I*, Silo, ulrica ediciones, 2006.

<sup>26</sup> “Todo lo que se habla de la conciencia de sí es teoría. De eso no hay nada que decir porque eso hay que experimentarlo...” pág 43 Charla: 1974 *Silo, Charla sobre la pancarta, centro de estudios Córdoba*.

<sup>27</sup> “...en presencia de mi propia conciencia...” y pág 43 Charla: 1974 *Silo, Charla sobre la pancarta, centro de estudios Córdoba*.

<sup>28</sup> Referencia a “*Cartas de David y Negro*” (Silo) 2008, Manual de temas formativos y prácticas para los Mensajeros, *Sobre el cambio profundo y esencial*, Recopiladores K. Rohn – M. Pampillón, Centro de estudios Parques de estudio y reflexión Punta de Vacas, 2009.

## *Indicadores de división atencional*

Si bien en la recopilación realizada por A. Koryzma aparecen muchos, por ahora, nos situaremos en los siguientes. Uno de los indicadores que muestra los rasgos y las resistencias en la Did.At, es “similar” a cuando uno se va a dormir<sup>29</sup>. Nos acostamos, sabemos que nos vamos a dormir, vemos circular muchas imágenes en nuestra conciencia y de pronto nos despertamos. No nos damos cuenta en qué momento nos dormimos y un tren de imágenes nos llevó hasta el sueño profundo. La atención cicla, se distiende y surge el nivel de sueño con imágenes<sup>30</sup>. Lo mismo sucede al encontrarnos en Div.At, no se advierte en qué momento cicla la atención y uno “se duerme” y se sube a un tren de imágenes propias o ajenas alejándose de sí mismo. Entonces, al rato, o a los días, uno recuerda que estaba intencionando una actitud atencional diferente y vuelve a intentarlo o no. Tampoco es claro si a uno “lo saca” el ciclaje de la atención o la demanda de atención a los ensueños propios y/o ajenos<sup>31</sup>. Las resistencias son constantes y se advierte que si se está en Div.At no se puede divagar, no se puede ensoñar. Se advierte que se “siente bien ensoñar”, “distiende”, compensa, “aleja” temores. Es difícil dejar de hacerlo, es “adictivo” ensoñar.

Todo esto va evidenciando cuánta energía fugan las imágenes, el ensueño, el estado de ensoñar (vigilia ordinaria) y que uno, no es ensueño, no es imagen. La Div.At no encandila como la vigilia ordinaria o los sueños. Provoca distancia con las tensiones del mundo cotidiano, desapasionamiento, desidentificación<sup>32</sup> y menos compulsiones. Surge un afecto diferente, una revalorización de prioridades y se comienza a advertir que nunca se pensó, sino que ese “pensar”, siempre fue una suma de divagues.

## *Sobre la auto observación y conciencia de sí*

La Div.At logra por *consecuencia* la auto observación (AuO). Esto no es introspección. El plus de reducir la ensoñación permite ganar en coherencia e ir formando un centro de gravedad interno. La atención se ha invertido respecto de la forma atencional del paisaje de formación. Se encuentra “replegada” sobre sí misma y la conciencia. Así se pueden “ver” tendencias, compensaciones y formas personales que antes no se veían. Este “ver” no es un ejercicio intelectual de introspección o descripción de fenómenos. Se asemeja a un estado de calma en el que uno observa sin intelectualizar. Se observa *qué le sucede a la*

---

<sup>29</sup> Experiencia personal.

<sup>30</sup> “...La atención se dirige, más o menos intencionalmente, hacia los sentidos externos o internos en vigilia y pierde el manejo de su dirección en el semisueño, el sueño y aún en la vigilia de los estados alterados, ya que en todos esos niveles y estados la reversibilidad es afectada por fenómenos y registros que se imponen a la conciencia...” Apuntes de Psicología, *Psicología I*, Silo, ulrica ediciones, 2006.

<sup>31</sup> Atender a los ensueños ajenos refiere a dejarse llevar por las compensaciones del Otro, perdiendo aún más una referencia interna.

<sup>32</sup> “...Pero lo más importante es la des-adherencia afectiva que se opera en la relación con el mundo. Todo lo que llamamos “identificación” y “consideración” se reduce y los fenomenos de proyección emocional a las personas, objetos y situaciones se limitan proporcionalmente a la intensidad de la división practicada...” pág 85 Charla: 1969 *Vigilia, conciencia de sí y conciencia objetiva*.

*conciencia*<sup>33</sup>, en qué procesos está, qué estructura. Solo se ven. Así, como un sonido grave o agudo llega a nuestro oído sin que lo podamos separar o los colores lleguen a nuestros ojos sin que podamos frenar algunos y dejar pasar a otros, así, observa la conciencia. Observa sin decirse lo que está pasando o haciendo. Si se dice internamente, es ensueño, introspección. La conciencia y la atención se auto observan, lo que “produce” un “yo” psicológico menos “ruidoso”, ya que éste es un epifenómeno de la conciencia<sup>34</sup>. La auto observación comienza al volver a intentar, una y otra vez, la división atencional. No son fenómenos escalonados o aislados. Surge por consecuencia y con el tiempo se van ampliando estas experiencias hasta consolidarse en el nivel de conciencia de sí.

### *Consolidación de la conciencia de sí*

Entonces, se establece una entrada cotidiana a esta nueva actitud atencional; se indaga en las diferentes formas de la Div.At; se prueba atendiendo al mundo externo y al no olvido de sí (simultáneamente); diariamente se pasa revista a qué ensueños nos desviaron y a comprender la raíz de los sufrimientos vividos<sup>35</sup>. Sostenida en el tiempo esta actitud se logran estados de auto observación (no es introspección); se va consolidando la conciencia de sí y se dice estar consolidada cuando: uno no hace algo para llegar a ese estado, sino que desde el despertar cotidiano se accede a este nivel; se tiene la permanente sensación de olvido de sí; se acorta la revisión del pasado y la proyección constante de ensueños; se advierte con más facilidad su consolidación por contraste, en situaciones tensas, que a uno no lo chupan aunque lo alteren. Este nuevo nivel no requiere de extravagancias o procesos “metafísicos” rimbombantes. Se trata de llevar la energía psicofísica a las subpartes intelectuales del centro intelectual, es decir: la selectora del intelecto, la adhesiva del intelecto y la elevadora del intelecto (pulcritud, tono y permanencia, finalidad del Oficio del Fuego o el Taller de la Materia). Entonces ¿qué imagen seleccionar, adherirse y elevar para llegar a tal nivel?

---

<sup>33</sup> “¿Entonces, Conciencia de sí es Apercepción? Sí, es estar consciente de cómo trabaja la conciencia. Atender a sus mecanismos” pág 69 Charla: 1997. *Charla de Eva Broner con Mario*.

<sup>34</sup> “Es muy evidente que en la constitución del yo intervienen no solamente la percepción, la representación y la memoria, sino la posición de la atención en el espacio de representación. No se está hablando, por consiguiente, de un yo substancial sino de un epifenómeno de la actividad de la conciencia. Este ‘yo atención’ parece cumplir con la función de coordinar las actividades de la conciencia con el propio cuerpo y con el mundo en general”. Apuntes de Psicología, *Psicología I*, Silo, ulrica ediciones, 2006.

<sup>35</sup> “Es pasar revista a los hechos del día, comprendiendo cómo los ensueños se han presentado y cuáles son las raíces de los propios problemas y del sufrimiento. Pero, para comprender los ensueños, hemos debido previamente caracterizarlos. Hemos establecido diferencias entre ensueños y núcleo de ensueño. Esto nos llevó al problema de la investigación de los niveles y así hablamos del sueño, del semi-sueño, de la vigilia, de la conciencia de sí y de otra hipotética posibilidad de conciencia. La simple meditación habilita la conciencia de sí, mientras que la meditación trascendental nos permite investigar la posibilidad de otro nivel de conciencia. Este nivel, supuestamente objetivo, en el que la subjetividad y el mundo dejan de estar separados, para fusionarse en la misma estructura...” pág 27 Charla: 1972 *Cuarta conferencia sobre meditación trascendental*.



La conciencia de sí se logra produciendo una recirculación de la energía por la parte “más alta” de los *centros de respuesta*<sup>36</sup> que ya manejamos. En este caso no hay que despertar ningún centro inactivo. Solo hay que “terminar” de circular la energía, de forma consolidada, por las subpartes intelectuales del centro intelectual.

### *Sobre la conciencia objetiva y el centro superior, su centro de gravedad*

En este punto, sí, será necesario shokear el centro superior trabajando por consolidar la conciencia objetiva. Esto amerita una nota: *Podría consolidarse la conciencia de sí y ganar uno en calidad de vida, en libertad interna y todo podría terminar acá. Hasta este punto no está “garantizada” la trascendencia en vida. En torno a esto, quizás algunos sigan percibiendo un llamado más profundo que invite a seguir “subiendo” y a seguir transformando el mundo interno y externo. Este es el punto en el que se advierte que, aún en conciencia de sí, no es suficiente*<sup>37</sup>. *“Algo” pide subir un poco más, despertar ante el universo, shokear el centro superior en el punto del reconocimiento*<sup>38</sup>, *consolidar la conciencia objetiva, “morir para el mundo”, iluminarse.*

El intento por consolidar la conciencia de sí forja un estilo de vida nuevo en el que comienza a apercibirse la unidad interna, comienza a generarse un centro de gravedad interno que se retroalimenta de sus propios actos en el camino del amor<sup>39</sup> y la compasión, aprendiendo a tratar a los demás como uno quiere ser tratado. “...canto al corazón que del abismo oscuro renace a la luz del ansiado sentido<sup>40</sup>...” Este centro<sup>41</sup>, no compensatorio<sup>42</sup>, busca volver sobre sí<sup>43</sup> mismo intentando resolver el dilema de la finitud o no finitud de la vida.

### *“¿Cómo lo inmortal genera la ilusión de la mortalidad?”<sup>44</sup>*

---

<sup>36</sup> Ver: Autoliberación, Luis Ammann y Apuntes de Psicología, Silo.

<sup>37</sup> “Sabemos a qué tipo de energía se hace referencia y conocemos los medios para obtenerla. La conciencia de sí es un gran avance en el hombre y puede adquirirse trabajando tenazmente con la autoobservación en la vida cotidiana. Aquel que aspire al estado de despierto comprende que debe superar hasta la conciencia de sí. Comprende que debe liberarse de todos sus apegos y “morir para el mundo”. Pág 88 Charla: 1969, *Vigilia, conciencia de sí y conciencia objetiva*.

<sup>38</sup> “A esto se agrega la ampliación de la conciencia con exactitud de criterio, es decir, la conciencia tiene niveles y estos están dados por el pasaje de la energía por los centros (en el centro superior importa movilizar el punto del reconocimiento), pero hay una suerte de “centro de conciencia” dado por el centro más evolucionado que es el intelecto (en algunos animales es la emotividad y en otros la motricidad, o menos aún, la vegetativa). Este centro de conciencia se acentúa con la conciencia de sí dada por el trabajo de las partes intelectuales del intelecto y algunos roces con el centro superior. Pero cuando entra en funcionamiento el centro superior tal centro de conciencia se desplaza a este, predominando ahora para toda la conciencia” Pág 49 Charla: 1974 *Carpeta Naranja*.

<sup>39</sup> “Cuando nosotros hablamos de amor, hablamos de una reacción fuera de sí, donde lo que importa es el otro. Que uno de rebote se beneficie es otra cosa. Compasión es ponerse en el lugar del otro. Como no crea contradicción, entonces es útil” Pág 48 Charla: 1974 *Carpeta Naranja*.

<sup>40</sup> Jornadas de inspiración espiritual, Silo 2007, Punta de Vacas.

<sup>41</sup> Ver pág 34 Charla: *Cuaderno 6 Telediál de la Fuerza*.

<sup>42</sup> Ver pág 11 Charla: 1972 *Siloismo Doctrina, Práctica, Vocabulario*.

<sup>43</sup> Ver pág 48 Charla: 1974 *Carpeta Naranja*.

<sup>44</sup> Primera celebración anual de El Mensaje de Silo, Silo 2004, Punta de Vacas.

## Síntesis

Si se advierte que la vida no tiene sentido, es porque en algún fracaso, se elevó la atención al punto de ver que todo es ensueño y quizás se advirtió que, ese *sin sentido* y sus sufrimientos acoplados, existían porque vivimos en un estado de conciencia de ensoñación (vigilia ordinaria). Sin registro de la propia existencia y la del Otro. Porque la atención se fuga en las imágenes, alimentando ensueños, en vez de volver sobre sí misma, al punto del real despertar<sup>45</sup>, para poder verse *por vez primera*<sup>46</sup>. Deambula hacia fuera de sí, sin advertir su *naturaleza íntima*<sup>47</sup>, buscando completarse ingenuamente, en el mundo externo.

Si existiese el deseo o la necesidad de salir de ese *penoso estado*<sup>48</sup>, hay que disponerse internamente a generar una nueva actitud atencional. Redireccionar la atención cotidiana hacia una Div.At que vaya consolidando un centro de gravedad, la auto observación y el nivel de conciencia de sí.

No hay pruebas de que esto se pueda lograr en soledad. Este nuevo emplazamiento comienza a evidenciar una suerte de solidaridad<sup>49</sup> intencional, en la que, por medio de registros y experiencias, uno no duda en avisarle a los demás que lo que deben hacer con sus vidas es reorientar su atención sobre sí misma, sin introspección.

Este planteo se encuadra en la Escuela “de” Silo: el Movimiento Humanista (con sus organismos) y El Mensaje de Silo. En todos los casos se plantea avanzar junto a otros, en conjunto<sup>50</sup>, superando la violencia interna y social, superando la discriminación y aprendiendo a tratar a los demás como queremos ser tratados. Estos ámbitos propician una acción de forma que *ayudaría* a la consolidación de la conciencia de sí y a sentirse “tentados” por el cosmos a despertar ante el universo. Avanzar con otros, en conjunto, con un estilo de vida basado en los principios de acción válida, practicas ocasionales con la Ceremonia de Oficio (la fuerza), agradeciendo en el interior, pidiendo inspiración al guía interno y consolidando la conciencia de sí.

***Siempre nos vamos a dormir, pero no siempre vamos a tener la  
oportunidad de despertar para siempre y no morir jamás.  
Mientras “esta cama está divina”, “este mundo está por estallar”<sup>51</sup>  
¿qué hacer frente a este intrincado desquite<sup>52</sup>?***

---

<sup>45</sup> Ver Humanizar la Tierra, La mirada Interna, *Los descubrimientos*, Silo, leviatán, 2011.

<sup>46</sup> Ver Humanizar la Tierra, La mirada Interna, *Los estados internos*, Silo, leviatán, 2011.

<sup>47</sup> “...Su atención era errática porque no podía captar la naturaleza íntima de los objetos con los que se relacionaba...” El día del león alado, Silo, ed Antares, 1992.

<sup>48</sup> Ver Humanizar la Tierra, La mirada Interna, *Los estados internos*, Silo, leviatán, 2011.

<sup>49</sup> “En el nivel de conciencia ordinario cotidiano no hay salida para estos problemas. Es posible que desde un nivel de conciencia de sí se pueda fundamentar la solidaridad como una acción intencional” Pág 66 Charla: 1991 Retiro Fénix – México, Silo 1991.

<sup>50</sup> “Los conjuntos mejoran a los individuos”, Silo 2010, (video en Parque “Los Manantiales”, Chile).

<sup>51</sup> Referencia a “La arenga de la Curación del sufrimiento”, Silo 1969, Punta de Vacas.

<sup>52</sup> “Quien presa del resentimiento acomete el futuro, ¿qué no hará por vengar en intrincado desquite, su pasado?” Humanizar la Tierra, El Paisaje interno, *Contradicción y Unidad*, Silo, leviatán, 2011.

### *Síntesis, desde otros puntos de vista*

Atención al mundo externo y simultáneamente apercepción de la posición del yo-cuerpo, a los procesos internos de la conciencia. No es introspección. Es el no olvido de sí permanente.

Consolidar la circulación de la energía por la subparte intelectual del centro intelectual: selector *i*, adhesor *i* y elevador *i*. ¿Qué imagen puede llevar la energía ese punto? la imagen de un propósito mayor sin sabor a “yo”.

Toda imagen (interna o externa) es representación y su función es trasladar cargas energéticas en la conciencia. En vigilia ordinaria, cada imagen se convierte en un foco de atención que fuga energía en forma de ensueño. Vale pues, reorientar la atención, las imágenes, a fin de des-confundir la interna mirada de la externa mirada, *sobrepasa el abismo*<sup>53</sup>, volviendo al punto interno de despierto verdadero.

*Todo granjero/a labra su tierra y alimenta a sus bestias sin parar.  
Desde las más hermosas a las más oscuras.  
Alimenta con eficacia una tras otra, esperando algún día saciar su propio apetito.  
Pero sucede que mientras las alimenta,  
todo/a granjero/a, muere como vegetal de vida difusa y apagada,  
por no ingerir su propia luz,  
la cual sigue arrojando a sus bestias, robusteciéndolas.  
Nunca se alimenta a sí mismo/a  
y de tanto alimentar a su criadero, estos lo devoraran.  
¿Qué es más importante granjero/a tu cuerpo o tu espíritu?  
Hermosas u oscuras, son bestias igual.  
Ilumina tu interior y descubrirás que ni hermosas, ni oscuras, esas bestias serán.  
Ilumina tu interior y descubrirás que solo sombras serán.*

---

<sup>53</sup> Referencia al **Paisaje interno** cap. I *La pregunta*: “... ¿a medida que la vida pasa, crece en ti la felicidad o el sufrimiento? ...” Silo, 2011.

## BIBLOGRAFIA

- Apuntes de Psicología I II III IV, Silo, ed ulrica, 2006.
- Autoliberación, Luis Ammann, ed ALTAMIRA, 2004.
- Comentarios a El Mensaje de Silo, Silo, Centro de estudios Punta de Vacas, 2009.
- Comentarios de Silo sobre la conciencia de sí, A Koryzma, León Alado ediciones, 2018.
- El día del León Alado, Silo, Antares, 1992.
- El Mensaje de Silo, Silo, ed HYPATIA, 2015.
- Experiencias Guiadas, Silo, ed leviatán, 2012.
- Habla Silo, Silo, virtual ediciones, 1996.
- Humanizar la Tierra, *La mirada Interna* y *El Paisaje Interno*, Silo, ed leviatán, 2011.
- Silo a cielo abierto: La arenga de la curación del sufrimiento (1969); Primera celebración anual de El Mensaje de Silo (2004); Inauguración de la sala sudamericana (2005); Jornadas de inspiración espiritual (2007), Silo, ed 2008.
- Manual de temas formativos y prácticas para los Mensajeros, K. Rohon, M. Pampillón, 2008.
- Siloismo: Doctrina, Práctica, Vocabulario, H Van Doren, 1972.

## VIDEOGRAFÍA

- 1969 Silo. La Curación del Sufrimiento. Punta de Vacas, 4 de mayo del 1969  
<https://www.youtube.com/watch?v=YqfnJE0HkLo&t=233s>
- Silo, Acto público de Madrid 1981  
[https://www.youtube.com/watch?v=dN6wFa\\_9e7U&t=221s](https://www.youtube.com/watch?v=dN6wFa_9e7U&t=221s)
- Silo 1ª Celebración anual de la Comunidad del Mensaje, 2004  
<https://www.youtube.com/watch?v=KTamCjdsbuQ&t=1244s>
- Silo, Inauguración del Parque Latinoamericano. La Rreja 7 de mayo de 2005  
<https://www.youtube.com/watch?v=rqpTF2kLcrE&t=10s>
- Jornadas de inspiración espiritual: La reconciliación, Silo, 2007  
<https://www.youtube.com/watch?v=H5yoqwtDLvI>
- Charla de Silo en el Parques de estudio y reflexión "Los Manantiales" Chile, Silo, 2010  
[https://www.youtube.com/watch?v=HvC3dGS3\\_jY](https://www.youtube.com/watch?v=HvC3dGS3_jY)

## OPCIÓN INDEX: bibliografía digital complementaria

- [www.silo.net](http://www.silo.net)
- [www.elmayordelospoetas.net](http://www.elmayordelospoetas.net)
- [www.parquelareja.org](http://www.parquelareja.org)
- [www.parquepuntadevacas.org](http://www.parquepuntadevacas.org)
- [https://es.humanipedia.org/index.php/Centros\\_de\\_respuesta](https://es.humanipedia.org/index.php/Centros_de_respuesta)